

Cómo mantenerme seguro:

- Mantén todos los medicamentos, limpiadores, venenos y cosméticos fuera de mi alcance.
- Pon cerca del teléfono el número del centro de control de venenos.
- Asegúrate de que siempre viaje en un asiento para automóviles que sea seguro y certificado – es el sitio más seguro para mí. Asegúrate de que mi asiento esté colocado en el automóvil del modo correcto.
- No fumes cerca de mí, ni en mi casa. Mis pulmones son muy delicados.
- No me apoyes el biberón en la boca porque no puedo sacarlo y corro el peligro de atragantarme. Puedo aprender mucho cuando me tienes en tus brazos y me hablas mientras me alimentas.

Esta información enuncia actividades y signos normales de crecimiento y desarrollo que la mayoría de los niños realizarán y tendrán durante este período. Si tiene alguna pregunta que hacer sobre la actividad, el crecimiento o el desarrollo de su pequeño, póngase en contacto con su proveedor de atención médica o el departamento de salud local.

Es importante que los niños tengan exámenes médicos regulares a las dos semanas, los 2, 4, 6, 9, 12, 15 y 18 meses, los 2, 3, 4, 5, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18 y 20 años de edad. Si desea información sobre la cobertura médica, póngase en contacto con la oficina local de servicios de la comunidad. Si tiene cupones médicos, pídale a su doctor o proveedor de atención médica para un examen de "niños sanos" o EPSDT.

Cómo crezco



Desde
los 5 meses
hasta el fin
de 6 meses

Mi desarrollo:

- Puedo levantarme sobre el vientre con los brazos bien rectos. Incluso puedo ponerme en postura de gatear y balancearme hacia adelante y atrás.
- Puedo cambiar de sitio, rodando o arrastrándome sobre el vientre.
- Me puedo sentar muy bien con la espalda bien recta; pero todavía necesito algún soporte.
- Cuando estoy de espaldas, puedo alcanzar uno de mis pies y llevármelo a la boca para ver que sabor tiene.
- Ya puedo alcanzar objetos bastante bien y pasármelos de una mano a la otra.

Lo que hago:

- Me encanta producir sonidos y puedo tratar de imitarte.
- Comienzo a entender algunas de las palabras que me dices.
- Aprendo algo sobre las cosas metiéndomelas en la boca.
- Comienzo a jugar a cosas como el cucú.
- A veces produzco sonidos porque quiero que me prestes atención.
- Algunas veces lloro al no conseguir lo que deseo, pero se me puede distraer con facilidad.

Cómo puedes ayudarme a aprender:

- Imita mis sonidos. Son el principio del lenguaje.
- Déjame tiempo en el suelo para que practique mis nuevas habilidades, tanto sobre mi vientre como de espaldas.
- Me encanta la música. Canta y baila conmigo.
- Dame juguetes con chirridos y otros que hagan ruidos cuando los golpee.
- Toca música para mí. También, algunas veces me agrada tener períodos tranquilos.
- Juega conmigo, al cucú y a las tortitas.
- Mírame y respóndeme. Eso hace que me sienta bien conmigo mismo.

Cómo mantenerme seguro:

- No me dejes solo en la cama, porque podría rodar y caerme.
- Bloquea las escaleras y otros sitios a los que puedo llegar y caerme.
- No me des objetos que sean más pequeños que una naranja o una pelota de tenis, porque podría atragantarme con ellos.



Dear Colleague,

The Washington State Department of Health (DOH) is pleased to provide camera-ready art for printing this educational material. To ensure that the original quality of the piece is maintained, please read and follow the instructions below and the specifications included for professional printing.

- **Use the latest version.** DOH materials are developed using the most current information available, are checked for clinical accuracy, and are field tested with the intended audience to ensure they are clear and readable. DOH programs make periodic revisions to educational materials, so please check this web site to be sure you have the latest version. DOH assumes no responsibility for the use of this material or for any errors or omissions.
- **Do not alter.** We are providing this artwork with the understanding that it will be printed without alterations and copies will be free to the public. Do not edit the text or use illustrations or photographs for other purposes without first contacting us. Please do not alter or remove the DOH logo, publication number or revision date. If you want to use a part of this publication for other purposes, contact the Office of Health Promotion first.
- **For quality reproduction:** Low resolution PDF files are intended for black and white or color desktop printers. They work best if you are making only one or two copies. High resolution PDF files are intended for reproducing large quantities and are set up for use by professional offset print shops. The high resolution files also include detailed printing specifications. Please match them as closely as possible and insist on the best possible quality for all reproductions.

If you have questions, contact:
Office of Health Promotion
P.O. Box 47833 Olympia, WA 98504-7833
(360) 236-3736

Sincerely,
Health Education Resource Exchange Web Team